

7 練習問題

- ① トイレはあるが、水が十分に出ない場合には、どのような工夫ができるでしょうか？
- ② あなたが所属する施設が避難所となりました。豪雨のため、20世帯75人が避難予定です。男性30人、女性45人、車椅子利用者1人、杖歩行者6人、妊婦2人、乳児3人、小中高校生20人がいます。トイレに関する問題はないか考えてみましょう。

D 高齢者の口腔ケア

1 医療救護活動の全体像から見たテーマの位置づけ (図 II-39)

災害時における高齢者の口腔環境と口腔機能を維持することは、食生活や健康に重要な役割を果たします。ここでは、適切な口腔アセスメントおよび適切な口腔ケアにより、食の支援と呼吸器感染の予防ができる口腔ケアの習得を目標とします。

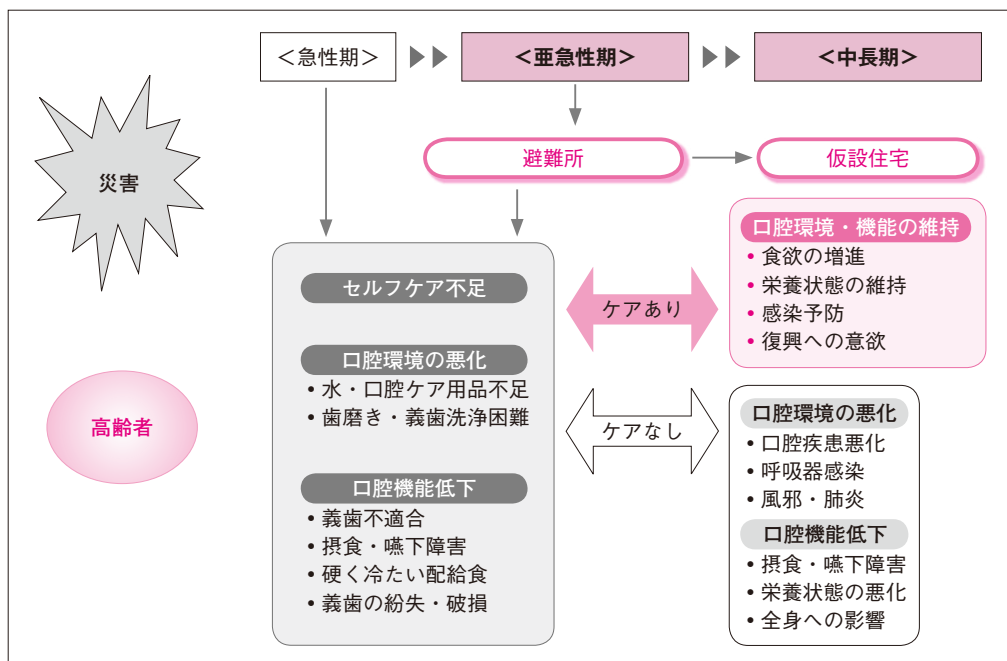


図 II-39 医療救護活動の全体像から見た「高齢者の口腔ケア」

2 演習の目標

- ① 口腔アセスメントから口腔ニーズを明確化し、災害時における適切なケアを実施できる。口腔の構造・機能・病態について事前に学習しておく。
- ② 食べる機能を維持・向上させる機能的口腔ケアができる。
- ③ 口腔の清潔を保ち、呼吸器感染を予防するための口腔ケア技術を習得する。
- ④ 避難所内で口腔ケアを行う際の必要条件について考える(プライベートに配慮した場所の確保、水の確保、汚水を捨てる場所など)。

3 演習の準備

物品

- ・ 看護師役：アセスメント用紙、ペンライト、手鏡、ガーグルベースン(紙コップ)、紙タオル、ディスポーザブル手袋、水(ない場合はペットボトル持参)、段ボール。
 - ・ 高齢者役：歯ブラシ、歯磨剤(配給品を利用)。
- * 避難所では、口腔ケア用品は限られているため、歯ブラシ1本で口腔ケアをする。

役割分担

看護師役、高齢者役に分かれる。

演習場所

水道が使える洗面所、またはコップ、ペットボトル持参で排水可能な場所。プライバシーを守ることができる場所。

場面設定

Yさん(80歳、女性)は、夫と2人暮らしでした。2年前に脳卒中となり現在は自宅でリハビリ中で、杖歩行はできるものの、まだ右側に軽い麻痺が残っています。2週間前の夜、震度6の地震により自宅が半壊し近所の体育館に避難しました。看護師は、健康管理のために避難所を巡回して声かけや必要なケアを提供しています。床に敷いたマットの上で寝ていたYさんに声をかけると、「このところ食事が進まない。元気が出ない」と言い、夫も心配していました。

4 演習のフローチャート(図Ⅱ-40)

- ① オリエンテーション(→『災害看護』p.63～65, 135～136を参照)(5分)
- ② デモンストレーション(20分)

表Ⅱ-11 Yさんの包括的口腔アセスメント表

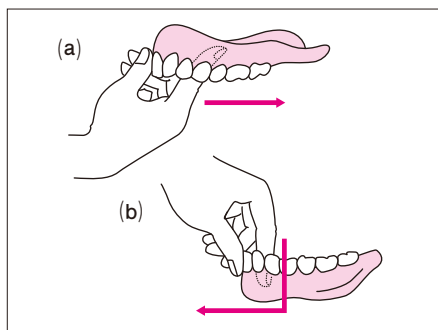
	内容		0点	1点	2点	被災前	被災後 (14)日	被災後 ()日	ケア 計画
1	食事	内容・栄養方法	普通食	軟食・流動	経管/胃瘻	1	0		
2	摂食・嚥下	嚙む・飲み込み	正常	やや困難	困難	1	2		
3	歯数	残存歯 (上=0 下=8)	20本以上 ()	10~20本	9本以下	2	2		
4	義歯	部分義歯/総義歯	なし/適合	やや不適合	不適合	1	2		○
5	口腔症状	疼痛, 腫脹, 不快感	なし	時々あり	強度/ 常時あり	0	2		○
6	唾液分泌	口腔乾燥状態	普通	やや不良	不良	1	2		○
7	清潔状態	食物残渣 歯垢(義歯含)	清潔	1/2以下	1/2以上	1	2		○
8	洗口	自立, 一部介助, 介助	可能	やや困難	困難	1	2		○
9	歯磨き・ 義歯洗浄	自立, 一部介助, 介助	毎日 (朝昼夕)	1/() 日	なし	0	2		○
10	全身状態	(左側麻痺・歩行困難)	良好	やや不良	不良	1	2		
< MEMO > 本人の話						合計点	9	18	
避難して2週間、配給食は硬くて食べられない。だんだん元気がなくなり、1日中横になっている。口が気持ち悪く、食欲もないが誰にも相談できない。義歯は外さずうがだけしている。義歯がネバネバしていて吐きそうになる。歯ブラシは配給でもらったが、使っていない。									

表Ⅱ-12 口腔ケア計画表

〈目標〉	
〈計画〉	〈評価〉

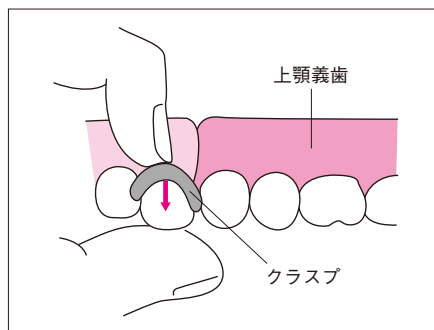
4●義歯の管理と洗浄

義歯は、外しておく和不適合になりやすく食生活に影響が出ます。洗浄できないとカンジダなどの微生物が付着して感染源になるため、適切な管理が必要です。義歯を外すと、上下顎のかみ合わせができず、姿勢が不安定となって転倒のリスクが高くなります。不適合の場合は、食事のときに外しても歩行のときには装着しておくようすすめます。



図Ⅱ-42 総義歯の取り外し方

a: 拇指で一度奥へ押すようにする。
b: 示指で下顎の下へ押してから外す。



図Ⅱ-43 部分床義歯の取り外し方

両手の爪を引っかけて外す。1本の歯ブラシで歯も義歯も磨く。

- ① 必要物品を準備する(歯ブラシ、歯磨剤、コップ、水)。
- ② 歯ブラシを湿らせて歯磨剤を少量(小豆程度)付ける(フッ化ナトリウム含有を用いると、う蝕予防になる)(図 II-45)。
- ③ 「自分で磨いてみましょうか」とすすめる。
- ④ 歯を1本ずつ磨くつもりで、歯ブラシの持ち方はペングリップ法とし、歯と歯茎の境目に90度に当て、細かく振動させる(図 II-46)。
- ⑤ 手の動きや歯ブラシの動かし方を観察する。
- ⑥ 手鏡を渡し、食物残渣や歯垢の有無を観察してもらう。
- ⑦ 舌苔があるときは、歯ブラシで軽く数回こする(図 II-47)。こすりすぎて傷つけないこと。
- ⑧ 使用後の歯ブラシはコップの中で振り洗いし乾燥させる。水道があるときは流水を用いる。

留意点 ▶▶

- ◆ 避難所のどこで、いつ歯磨きができるかを確認して継続できるようにする。1日2回以上行うようにすすめる。

6●洗口・含嗽

食物残渣やブラッシングにより口腔内に散乱した口腔細菌をはき出します。口を気持ちよく保ち、風邪や肺炎などの呼吸器感染を予防します。特に集団生活のときには、効果のある洗口が重要です。洗口ができない高齢者は、スポンジブラシなどを使用した口腔清拭をします。洗口は口の中を洗うこと、含嗽は咽頭周辺の洗浄としています。

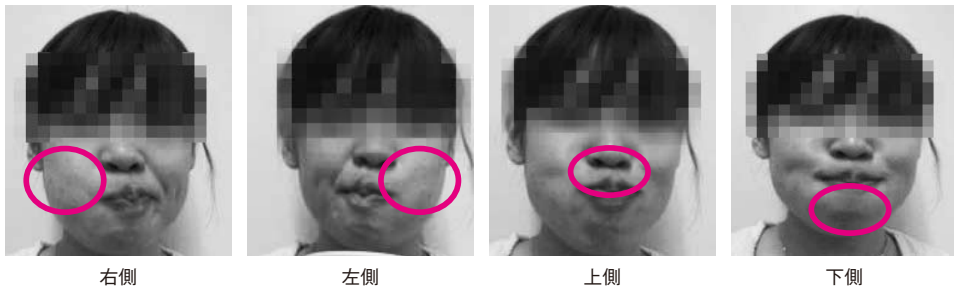


図 II-48 洗口の順番

○は、水のある部位。

- ① 必要物品を準備する(コップ1杯200mLの水または洗口液)。
- ② 水を含んでブクブクと強く口の右・左・上・下側と順番に水を移動させてうがいをする(図 II-48)。
- ③ 咽頭は、のどの奥まで液が回るようにガラガラとする。
- ④ 洗口・含嗽はブクブクうがいを15秒、ガラガラうがいを15秒、計5~6回で30秒を目安にする。
- ⑤ 吐き出した水は、空コップやカップめんの容器などを利用して吐き出す。
- ⑥ すべてが終わったら、「さっぱりしましたか?」と爽快感を引き出す。

留意点 ▶▶

- ◆ 水がない場合は、デンタルリンスを使用するが、刺激が強いものもあり注意が必要である。
- ◆ 嚥下障害のある高齢者は、含嗽中に誤嚥する危険性があるため、姿勢や方法に注意する。

- ④ (Yさんおよび看護師の立場で)口腔ケアを実際に行ってみて、できたケアとできないケアをあげ、その原因を考えてみましょう。

自己評価の視点

- ① コミュニケーションを通して口腔アセスメントができる場づくりができたか。
- ② 口腔アセスメントとケアの優先順位を決定することができたか。
- ③ 呼吸器感染を予防するための適切な口腔ケア技術を選択し、実施することができたか。
- ④ 機能的口腔ケアを実施、または指導することができたか。
- ⑤ 口腔アセスメントの2回目を実施し、効果評価(合計点数の比較)ができたか。

7 練習問題

- ① 水害で濁流に流され、顔面と口唇に裂傷ができた高齢者の口腔ケアを考えてみましょう。
- ② 仮設住宅における介護教室での、口腔ケアの集団指導を考えてみましょう。